

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №2 с/п

Искоркина С.А.



15 января 2026года

		выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша гречневая молочная	150	5.23	7.8	18.75	166.8	200	6.97	10.4	25	222.4
	Бутерброд с маслом сливочным	40\4	1.58	5.24	9.81	93.87	50\5	2.34	7.76	14.53	139.1
	Кофейный напиток	150	3.6	3.6	18.69	119.7	200	4.8	4.8	24.92	159.56
Итого			10.41	16.64	47.25	380.37		14.11	22.96	64.45	521.06
Обед	Суп гороховый с мясом и гречками	150\30	3.29\2.28	3.07\0.24	9.79\14.58	81\71.4	250\40	5.49\2.28	5.27\0.24	16.32\14.58	135\71.4
	Ленивые голубцы с мясом	140	9.2	6.8	28.42	214	160	9.6	6.7	29.47	222.54
	Салат из свеклы	40	0.3	1.5	0.6	21	60	0.14	5.8	2.4	84
	Компот из сухофруктов	150	0.23	0.01	18.28	72.57	200	0.31	0.01	24.37	96.76
	Хлеб пшеничный	50	2.15	0.75	14.65	75.05	70	3.07	1.07	20.93	107.21
итого			15.17\14.16	12.13\9.3	71.74\76.53	463.62\454.02		18.61\15.4	18.85\13.82	93.49\91.75	645.51\581.91
Полдник	Выпечка ватрушка с повидлом, творогом	70	3.82\7.9	2.55\4.69	37.8\25.0	190\173	70	5.09\10.5	3.40\6.26	50.42\33.3	253\230
	Чай с сахаром	150	0.2		10.0	42.0	200	0.2		12.6	50.4
Используется йодированная соль											
Итого			4.02\8.1	2.55\4.69	47.8\35	232\215		5.29\10.7	3.40\6.26	63.02\45.9	303.4\280.4
Всего			29.6\32.67	31.32\30.63	166.79\158.25	1075.99\1049.39		38.01\40.21	45.21\43.04	220.96\202.1	1469.97\1383.37